

日付	完了期	後期	中期
1 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	じゃがいものそぼろ煮 ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え 豆腐とわかめのみそ汁 バイン	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁
2 水	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ハンバーグ ごはん コールスローサラダ みかん ブロッコリーのコンソメスープ	5倍粥 ハンバーグ キャベツと人参和え ブロッコリーのスープ	7倍粥 ハンバーグ風 キャベツと人参煮 ブロッコリーのスープ
3 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	豆腐チャンプル ごはん 白菜と人参の昆布和え なし わかめとえのきのみそ汁	5倍粥 豆腐とブロッコリー煮 白菜と人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐とブロッコリー煮 白菜と人参煮 ほうれん草のみそ汁
4 金	牛乳、お好み焼き	キャベツ粥	キャベツ粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
5 土	夏野菜カレーライス オクラのスープ 三色ナムル ミニゼリー	かぼちゃと鶏のドリア風 三色和え(人参、ほうれん草、もやし) 玉ねぎのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、パンケーキ	しらす粥	しらす粥
6 日	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	冷やしそうめん 昆布ごはん ささみのカレーサラダ パナナ	あんかけごはん マッシュかぼちゃ (5倍粥、鶏ささみ、人参、キャベツ) ブロッコリーのスープ パナナ	あんかけごはん マッシュかぼちゃ (7倍粥、鶏ささみ、人参、キャベツ) ブロッコリーのスープ パナナ
7 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、ウエハース	ウエハース	おせんべい
8 火	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮 ごはん 里芋とねぎのみそ汁 もも	5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮(大豆、ひじき、人参) 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 豆とひじき煮(大豆、ひじき、人参) 玉ねぎのみそ汁
9 水	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	厚揚げと野菜のみそ炒め ごはん ほうれん草と人参のおかか和え バイン 白菜とコーンのスープ	5倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参和え 白菜のスープ	7倍粥 しらすと野菜煮 ほうれん草と人参煮 白菜のスープ
10 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	牛乳、きな粉お麩ラスク	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
11 金	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ミートソーススパゲティ パナナ ブロッコリーとコーンのあえもの 小松菜と豆腐のスープ	スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、人参、小松菜) 茹でブロッコリー パナナ	スープスパゲティ (スパゲティ、しらす、人参、小松菜) ブロッコリー煮 パナナ
12 土	牛乳、ゆかりごはん	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
13 日	タンドリーチキン ごはん マカロニサラダ なし ほうれん草と人参のみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マッシュかぼちゃ ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マッシュかぼちゃ ほうれん草のみそ汁
	牛乳、薄焼きピザ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥
14 月	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	マーボー豆腐丼 みかん ほうれん草と人参のごま和え キャベツと玉ねぎのスープ	マーボー豆腐丼 (5倍粥、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参) ほうれん草と人参和え キャベツのスープ	マーボー豆腐丼 (7倍粥、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参) ほうれん草と人参煮 キャベツのスープ
15 火	牛乳、メロンパンクッキー	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
16 水	豚肉のみそ焼き ごはん キャベツとしらす和え ミニゼリー 小松菜とコーンのスープ	あんかけごはん (5倍粥、しらす、ブロッコリー、人参) キャベツと人参和え 小松菜のスープ	あんかけごはん (7倍粥、しらす、ブロッコリー、人参) キャベツと人参煮 小松菜のスープ
	牛乳、ココアパンケーキ	ほうれん草粥	ほうれん草粥
17 木	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
18 金	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
19 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	チャプチェ ごはん ブロッコリーと人参のおかか和え 小松菜ともやしのみそ汁 バイン	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え 小松菜のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 小松菜のみそ汁
20 日	牛乳、冷やしわかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
21 月	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	鶏肉のマーマレード焼き ごはん スパゲティのツナサラダ もも 高野豆腐とキャベツのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティサラダ キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすとほうれん草煮 スパゲティサラダ キャベツのみそ汁
22 火	牛乳、ふかししいも	ふかししいも	マッシュポテト
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
23 水	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	鶏肉ののり塩焼き ごはん カミカミサラダ みかん ほうれん草ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と人参煮 きゅうりスティック ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と人参煮 ブロッコリー煮 ほうれん草のみそ汁
24 木	牛乳、クラッカー	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
25 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ポークビーンズ ごはん キャベツと人参のゆかり和え なし 豆腐と油揚げのみそ汁	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 キャベツと人参煮 豆腐のみそ汁
26 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	麦茶、コーンフレーク	野菜リング	野菜リング

18 金	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	かぼちゃと鶏のドリア風
	カレーライス わかめスープ 春雨サラダ バイン	かぼちゃと鶏のドリア風 人参スティック 玉ねぎとブロッコリーのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参煮 玉ねぎとブロッコリーのスープ
19 土	牛乳、きな粉蒸しパン	しらす粥	しらす粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	冷やししょうゆラーメン パナナ しゅうまい ブロッコリーとひじきの炒めもの	あんかけうどん (うどん、しらす、人参、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ	あんかけうどん (うどん、しらす、人参、ブロッコリー) マッシュかぼちゃ パナナ
20 日	牛乳、おほかごはん	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
休日保育			
21 月・祝	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい
	牛乳、ウエハース	ウエハース	
休日保育			
22 火	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	厚揚げの野菜あんかけ ごはん ブロッコリーと人参のごま和え みかん キャベツとえのきのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、シュガートースト	パン粥	パン粥
23 水	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	中華丼 もも ちくわときゅうりのあえもの もやし中華スープ	中華丼 (5倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) きゅうりスティック 玉ねぎのスープ	中華丼 (7倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参) ブロッコリー煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー	野菜リング	野菜リング
24 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	肉じゃが ごはん 白菜と人参のおかか和え なし 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 肉じゃが風 白菜と人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 肉じゃが風 白菜と人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、しらすピザ	しらす粥	しらす粥
	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	
25 金	スーパバグティアー パナナ ブロッコリーのツナサラダ	スーパバグティアー (スパゲティ、しらす、人参、ほうれん草) マッシュかぼちゃ パナナ	スーパバグティアー (スパゲティ、しらす、人参、ほうれん草) マッシュかぼちゃ パナナ
	牛乳、わかめごはん	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
26 土	ひき肉チャーハン 豆腐の中華スープ 小松菜の中華風サラダ パナナ	肉みそあんかけごはん (5倍粥、鶏ひき肉、人参、ブロッコリー) 小松菜と人参和え 豆腐のスープ	肉みそあんかけごはん (7倍粥、鶏ひき肉、人参、ブロッコリー) 小松菜と人参煮 豆腐のスープ
	牛乳、マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニきな粉
	牛乳、おせんべい	ウエハース	
休日保育			
27 日	牛乳、ビスケット	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ひじきの和風ハンバーグ ごはん ポテトサラダ みかん ほうれん草とコーンのスープ	5倍粥 ひじきハンバーグ ポテトサラダ(じゃがいも、人参、きゅうり) ほうれん草のスープ	7倍粥 ひじきハンバーグ風 ポテトサラダ(じゃがいも、人参) ほうれん草のスープ
	牛乳、彩りそうめん	にゅうめん	にゅうめん
29 火	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	鶏肉のパン粉焼き ごはん キャベツの納豆サラダ バイン 白菜ともやしのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参和え 白菜のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 キャベツと人参煮 白菜のみそ汁
	牛乳、お麩ラスク	かぼちゃのおやき	マッシュかぼちゃ
30 水	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	しらすとブロッコリー和え ごはん 高野豆腐と野菜の含め煮 なし お麩とわかめのみそ汁	5倍粥 しらすとブロッコリー煮 人参と大根煮 豆腐のみそ汁	7倍粥 しらすとブロッコリー煮 人参と大根煮 豆腐のみそ汁
	麦茶、誕生日ケーキ	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
31 木	鶏肉のトマト煮 ごはん キャベツと人参の昆布和え もも ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏肉と野菜のトマト煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 鶏肉と野菜のトマト煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
	麦茶、コーンフレーク	ビスケット	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。

※日曜日、祝日は休日保育の為、朝おやつ、午後おやつのみ提供となります。